

## Hubungan Tingkat Pengetahuan Seks Bebas dengan Perilaku Seksual Berisiko pada Remaja di Era Gen Z

Novita Wahyu Romadhoni<sup>1</sup>, S. Dwi Sulisetyawati<sup>2</sup>, Nur Rakhmawati<sup>3</sup>,  
Atiek Murharyati<sup>4</sup>

<sup>1,2,3,4</sup>Universitas Kusuma Husada Surakarta

Email: dwi.sulisetyawati@ukh.ac.id

### Abstract

**Keywords:**  
Gen Z,  
Teenagers,  
Casual Sex,  
Risky Sexual  
Behavior

*Adolescence is a phase characterized by vulnerability to environmental influences and information, including matters regarding sexuality. In the Gen Z era—heavily influenced by technological advancements and social media—information about sexuality has become more accessible yet often lacks proper filtering. A lack of accurate knowledge regarding casual sex can lead adolescents to engage in risky sexual behaviors, potentially resulting in unintended pregnancies, sexually transmitted infections (STIs), HIV/AIDS, and psychosocial issues. This study aimed to determine the relationship between the level of knowledge regarding casual sex and risky sexual behavior among Gen Z adolescents, specifically students at SMK. A quantitative approach with a cross-sectional study design was employed. Purposive sampling was used to select 53 respondents, and the data were analyzed using the Gamma statistical test. The Gamma test results yielded a  $p$ -value of 0.020 ( $p < 0.05$ ). Based on these findings, it can be concluded that there is a relationship between the level of knowledge regarding casual sex and risky sexual behavior among adolescents.*

### Abstrak:

**Kata Kunci:**  
Gen Z,  
Remaja, Seks  
Bebas,  
Seksual  
Berisiko

Masa remaja merupakan fase rentan terhadap pengaruh lingkungan dan informasi, termasuk dalam hal seksualitas. Dalam era Gen Z yang sangat dipengaruhi oleh kemajuan teknologi dan media sosial, informasi mengenai seksualitas menjadi lebih mudah diakses namun seringkali tidak terfilter dengan baik. Kurangnya pengetahuan yang benar tentang seks bebas dapat menyebabkan remaja melakukan perilaku seksual yang berisiko yang berpotensi menimbulkan kehamilan yang tidak diinginkan, infeksi menular seksual (IMS), HIV/AIDS, dan gangguan psikososial. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara tingkat pengetahuan tentang seks bebas dengan perilaku seksual berisiko pada remaja di era Gen Z, khususnya siswa di SMK. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain studi *cross-sectional*. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* dengan jumlah sampel 53 responden, data yang diperoleh menggunakan analisa uji statistik *Gamma*. Hasil uji *Gamma* menunjukkan nilai  $p$ -value = 0,020 ( $p$ -value < 0,05). Berdasarkan hasil tersebut bisa disimpulkan adanya

---

hubungan tingkat pengetahuan seks bebas dengan perilaku seksual berisiko pada remaja

---

**How to cite:** Romadhoni, N.W., Sulisetyawati, S. D., Rakhmawati, N., Murharyati, A. (2026). Hubungan Tingkat Pengetahuan Seks Bebas dengan Perilaku Sekual Berisiko pada Remaja di Era Gen Z. *Diafragma: Jurnal Penelitian Kesehatan*, 2(1), 1-8. <https://doi.org/10.23971/diafragma>

This is an Open Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution 4.0 International License

---

## I. PENDAHULUAN

Masa remaja sering disebut sebagai periode penuh tantangan dan tekanan, pada tahap ini, remaja mulai menampakkan ciri-ciri seksual sekunder hingga mencapai kematangan seksual (Ginting *et al.*, 2022). Seks bebas merujuk pada aktivitas seksual yang dilakukan tanpa adanya ikatan pernikahan, baik dengan lawan jenis maupun sesama jenis, dan umunya melibatkan pergantian pasangan. Bentuk perilaku ini meliputi ciuman biasa hingga ciuman mendalam (*deep kissing*), mencium leher (*necking*), serta berbagai bentuk kontak fisik seksual lain yang belum sampai pada tahap hubungan seksual penetratif (Ginting *et al.*, 2022).

Di Indonesia, sekitar 4,5% remaja laki-laki dan 0,7% remaja perempuan berusia 15–19 tahun mengaku pernah melakukan aktivitas seksual sebelum menikah. Sebagian besar remaja mulai berpacaran antara usia 15 hingga 17 tahun, sementara 33,3% remaja perempuan dan 34,5% remaja laki-laki sudah mulai berpacaran sebelum usia 15 tahun. Perilaku seks bebas dianggap sebagai pengaruh budaya barat yang diadopsi oleh masyarakat Indonesia, terutama kalangan remaja. Seiring bertambahnya usia, keingintahuan dan pencarian informasi tentang seks semakin meningkat.

Laporan dari Komisi Nasional Perlindungan Anak menunjukkan bahwa remaja di 17 kota besar di Indonesia memperlihatkan perilaku seksual yang memprihatinkan: 97% pernah menonton konten pornografi, 93,7% di antaranya sudah tidak perawan, dan 21,26% pernah menjalani aborsi (Setiawati *et al.*, 2023). Perilaku seksual berisiko merupakan tindakan yang dilakukan seseorang karena dorongan hasrat seksual, baik terhadap lawan jenis maupun sesama jenis (Hidayah *et al.*, 2022). Remaja berusia 15–19 tahun merupakan kelompok usia yang paling sering terlibat dalam perilaku ini. Berdasarkan Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2017 tercatat bahwa 32,5% remaja pernah berpegangan tangan, 25,2% pernah menyentuh bagian tubuh sensitif pasangan, dan 3,6% mengaku telah melakukan hubungan seksual (Widarini, 2022). Kurangnya pemahaman remaja tentang pendidikan seksual turut mendorong munculnya perilaku seksual yang berisiko. Semakin tinggi tingkat pengetahuan remaja mengenai seksualitas, maka semakin kecil pula kemungkinan mereka terlibat dalam perilaku seksual menyimpang. Hal ini bertujuan untuk mencegah

kesalahpahaman dan informasi yang keliru mengenai seks bebas serta mengurangi dampak negatif seperti kehamilan di luar nikah, penyakit menular seksual, dan HIV/AIDS (Rahmawati & Hardyantari, 2020).

Berdasarkan studi awal yang telah dilakukan pada tanggal 25 November 2024 diketahui jumlah siswa usia remaja dengan jumlah siswa 114, dengan pengambilan sampel menggunakan 10 siswa dengan metode wawancara secara langsung ditemukan sebanyak 7 dari 10 siswa mengatakan suka berfantasi seksual ketika melihat lawan jenis, berpelukan dengan pasangan, mencium pasangan sebagai ungkapan rasa sayang, sering berpegangan tangan dengan pasangan, sedangkan 3 dari 10 siswa mengatakan tidak pernah pacaran dan melakukan perilaku yang menyimpang dengan lawan jenis. Tujuan Penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan seks bebas dengan perilaku seksual berisiko pada remaja.

## II. METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan rancangan cross-sectional. Sampel penelitian berjumlah 53 siswa yang diambil menggunakan teknik purposive sampling. Instrumen yang digunakan berupa kuesioner tingkat pengetahuan seks bebas dan kuesioner perilaku seksual berisiko. Data yang diperoleh dianalisis menggunakan uji statistik korelasi Gamma.

Penelitian ini mengkaji dua variabel yaitu tingkat pengetahuan seks bebas dan perilaku seksual berisiko dikaji dalam satu kali. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah tingkat pengetahuan seks bebas sedangkan variabel terikat adalah perilaku seksual berisiko, dengan alat penelitian yang digunakan yaitu kuesioner. Ada beberapa etika saat pengambilan data yaitu Informed Consent (persetujuan), Anonymity (Tanpa nama) dan Confidentiality (Kerahasiaan)..

## III. HASIL DAN PEMBAHASAN

### 1. Hasil

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Karakteristik Responden**

| Usia             | Frekuensi | %       |
|------------------|-----------|---------|
| 15 Tahun         | 7         | 13,46%  |
| 16 Tahun         | 19        | 36,54%  |
| 17 Tahun         | 26        | 50,00%  |
| Total            | 53        | 100,00% |
| Jenis Kelamin    | Frekuensi | %       |
| Laki - Laki      | 21        | 39,62%  |
| Perempuan        | 32        | 60,38%  |
| Total            | 53        | 100,00% |
| Sumber Informasi | Frekuensi | %       |
| Teman Sebaya     | 9         | 16,98%  |
| Media Sosial     | 44        | 83,02%  |
| Total            | 53        | 100,00% |

Berdasarkan Tabel 1, diketahui bahwa mayoritas responden berusia 17 tahun, yaitu sebanyak 26 siswa (50,00%). Responden yang

berusia 16 tahun berjumlah 19 siswa (36,54%), sementara responden yang berusia 15 tahun sebanyak 7 siswa (13,46%). Mayoritas responden berjenis kelamin perempuan berjumlah 32 siswa (60,38%) dan laki-laki berjumlah 21 siswa (39,62%). Mayoritas responden mendapatkan sumber informasi melalui media sosial berjumlah 44 siswa (83,02%) dan melalui teman sebaya berjumlah 9 siswa (16,98%).

**Tabel 2. Distribusi frekuensi tingkat pengetahuan seks bebas pada responden**

| Kategori           | F  | %       |
|--------------------|----|---------|
| Pengetahuan Baik   | 0  | 0%      |
| Pengetahuan Cukup  | 42 | 79,25%  |
| Pengetahuan Kurang | 11 | 20,75%  |
| Total              | 53 | 100,00% |

Berdasarkan tabel 2. diketahui bahwa tingkat pengetahuan seks bebas sebanyak 42 siswa (79,25%) menunjukkan pengetahuan cukup, dan sebanyak 11 siswa (20,75%) menunjukkan pengetahuan kurang.

**Tabel 3. Distribusi frekuensi perilaku seksual berisiko pada responden**

| Kategori        | F  | %       |
|-----------------|----|---------|
| Sangat Berisiko | 0  | 0%      |
| Berisiko        | 47 | 88,68%  |
| Tidak Berisiko  | 6  | 11,32%  |
| Total           | 53 | 100,00% |

Berdasarkan tabel 3. diketahui bahwa perilaku seksual berisiko sebanyak 47 siswa (88,68%) menunjukkan perilaku seksual yang berisiko, dan 6 siswa (11,32%) menunjukkan perilaku seksual yang tidak berisiko.

**Tabel 4 Distribusi hasil uji Gamma**

| Variabel                                                        | R     | P-Value |
|-----------------------------------------------------------------|-------|---------|
| Tingkat Pengetahuan Seks Bebas Dengan Perilaku Seksual Berisiko | 0,224 | 0,020   |
| Ket : Uji Korelasi Gamma *nilai Signifikan $p < 0,05$           |       |         |

Berdasarkan tabel 4. Hasil uji statistik Gamma menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan tentang seks bebas dengan perilaku seksual berisiko pada remaja. Nilai signifikansi (2-tailed) sebesar 0,020, yang lebih rendah daripada tingkat signifikansi  $\alpha = 0,05$ . Oleh karena itu,  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, yang berarti dapat

disimpulkan adanya hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan seks bebas dengan perilaku seksual berisiko.

## **2. Pembahasan**

Karakteristik responden berdasarkan usia menunjukkan bahwa rentang usia responden berada pada kisaran 15 hingga 17 tahun, dengan sebagian besar responden berusia 17 tahun. Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian (Setiawati *et al.*, 2023) yang menunjukkan bahwa frekuensi remaja berusia 15-17 tahun sudah mulai menjalin hubungan pacaran dan memiliki pengalaman seksual.

Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin menunjukkan bahwa mayoritas berjenis kelamin perempuan. Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian dari Setiawati (2021) mayoritas responden adalah responden sebanyak 60,03% dan laki laki 39,97%. Remaja perempuan umumnya memiliki tingkat pengetahuan yang lebih mengenai dampak seks bebas karena menjadi fokus dalam program edukasi kesehatan. Karakteristik responden berdasarkan sumber informasi menunjukkan bahwa sebagian besar responden memperoleh informasi melalui media sosial. Penggunaan media sosial sebagai sumber informasi memberikan keuntungan berupa kecepatan kemudahan akses. Namun, risiko utama dari sumber ini adalah potensi penyebaran informasi yang sangat luas.

Hasil penelitian ini memperlihatkan distribusi frekuensi responden berdasarkan tingkat pengetahuan mereka tentang seks bebas diketahui responden menunjukkan pengetahuan yang cukup. Berdasarkan hasil analisis data yang diperoleh dari kuesioner yang telah diisi oleh responden, ditemukan hasil menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki skor tingkat Pengetahuan responden berada dalam rentang skor 22 hingga 26, yang menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki tingkat pengetahuan yang termasuk dalam kategori cukup mengenai topik seks bebas. Menurut Mechanics (2020), tingkat pengetahuan responden masih berada pada kategori cukup, yaitu sebesar 87,5%. Sementara itu, Satriana (2020) mengemukakan bahwa terdapat remaja Yang menunjukkan sikap mendukung terhadap perilaku seks bebas. Oleh karena itu, diperlukan upaya untuk menurunkan kecenderungan sikap positif remaja terhadap perilaku seks bebas, terutama yang kerap terjadi dalam kehidupan sehari-hari di lingkungan sekolah. Temuan tersebut diperkuat oleh Fitriani (2021) yang mengungkapkan bahwa meskipun peran keluarga tergolong tinggi, hal tersebut namun, hal tersebut tidak sepenuhnya menghilangkan potensi keterlibatan remaja dalam perilaku seks bebas. Bahkan, remaja dengan dukungan keluarga yang kuat tetap berisiko melakukan perilaku tersebut yang kemungkinan dipengaruhi oleh faktor eksternal lainnya seperti lingkungan sosial dan pengaruh teman sebaya.

Distribusi frekuensi perilaku seksual berisiko berdasarkan responden menunjukkan perilaku yang berisiko. Dari hasil kuesioner didapatkan jawaban yang sering dipilih oleh responden adalah jawaban sering. Diketahui bahwa sebagian besar responden menunjukkan kecenderungan terhadap perilaku seksual berisiko. Hal ini tercermin dari jawaban responden terhadap berbagai indikator perilaku.

Hasil penelitian ini dianalisis menggunakan uji statistik *Gamma* nilai *p-value* sebesar 0,020, yang lebih kecil dari tingkat signifikansi 0,05, mengindikasikan adanya hubungan yang signifikan antara variabel tingkat pengetahuan mengenai seks bebas dan perilaku seksual berisiko pada remaja. Kekuatan hubungan antar variabel dianggap lemah, menurut koefisien korelasi *r* sebesar 0,224. Menurut Dahlan (2019), kekuatan korelasi secara statistik ditentukan berdasarkan nilai koefisien korelasi, di mana jika nilai *r* berada dalam rentang 0,20–0,40 maka dikategorikan sebagai korelasi lemah. Berdasarkan acuan tersebut, peneliti menyimpulkan bahwa keterkaitan yang lemah antara tingkat pengetahuan mengenai seks bebas dan perilaku seksual berisiko, meskipun arah hubungannya positif atau searah. Temuan ini sejalan dengan teori perilaku kesehatan, seperti *Health Belief Model (HBM)* menjelaskan bahwa tingkat pengetahuan dan persepsi individu terhadap risiko berperan penting dalam memengaruhi perilaku kesehatannya, sangat berpengaruh terhadap pengambilan keputusan dalam menjaga kesehatan. Oleh karena itu, peningkatan edukasi seksual yang komprehensif dan berbasis bukti Pendidikan ilmiah menjadi sangat krusial, terutama bagi kelompok usia remaja dan dewasa muda yang berada pada tahap perkembangan dengan rasa ingin tahu tinggi dan rentan terhadap pengaruh lingkungan yang berada dalam fase eksplorasi identitas seksual. Program pendidikan seksual yang diberikan secara konsisten melalui sekolah, media, maupun fasilitas pelayanan kesehatan diyakini dapat menjadi strategi efektif dalam menurunkan angka perilaku seksual berisiko dan meningkatkan kualitas hidup generasi muda secara keseluruhan.

#### **IV. KESIMPULAN**

Sebagian besar responden berusia rata-rata 15-17 tahun, dengan mayoritas perempuan dan mendapatkan informasi seks dari media sosial. Sebagian besar memiliki pengetahuan cukup tentang seks bebas, namun mayoritas juga menunjukkan perilaku seksual yang berisiko. Hasil analisis menunjukkan adanya korelasi antara tingkat pengetahuan mengenai seks dan perilaku seksual yang ditunjukkan oleh nilai *p-value* sebesar 0,020. Remaja perlu meningkatkan pengetahuan dan kesadaran terkait risiko perilaku seksual. Orang tua dan sekolah diharapkan memberikan pendidikan seksual yang tepat. Pemerintah dan lembaga terkait disarankan mengoptimalkan edukasi melalui media digital. Penelitian selanjutnya dapat memperluas variabel dan cakupan responden.

## V. DAFTAR PUSTAKA

- [1] Aggrandize, L., Karya, A., & Husada, B. (2021). Tingkat Pengetahuan Remaja Tentang Seks Bebas. In *Jurnal Ilmu Kesehatan Karya Bunda Husada* (Vol. 7, Issue 2). [www.depkes.go.id](http://www.depkes.go.id)
- [2] Biyanzah et al. (2024). Gambaran Tingkat Pengetahuan Seks Bebas pada Remaja. *Jurnal Kesmas Asclepius*, 6(2). <https://doi.org/10.31539/jka.v6i2.11583>
- [3] Candra, Sriati, A., & Maulana, I. (2020). *Gambaran perilaku seksual pada remaja* (Vol. 14, Issue 2).
- [4] Dahlan, S. (2019). *Statistik Untuk Kedokteran Dan Kesehatan*, Edisi 6. Jakarta, Salmba Medika
- [5] Ginting, Y., Rupang, R., & Sari, L. (2022). Gambaran Pengetahuan tentang Seks Bebas pada Siswa SMA Kelas X dan XI IPA. *Jurnal Gawat Darurat*, 4.
- [6] Hidayah, B., Seksual Berisiko, P., Qudriani, M., Baroroh, U., Nurul Hidayah, S., Politeknik Harapan Bersama Jl Mataram No, K., Lor Tegal, P., Kunci, K., Seksual, P., & Berisiko, S. (2022). Perilaku Seksual Berisiko Generasi Z pada Masa Pandemi COVID-19 di Wilayah Tegal Timur, Kota Tegal. *Siklus: Journal Research Midwifery Politeknik Tegal*, 11(1), 2089–6778. <https://doi.org/10.30591/siklus.v11i01.3114>
- [7] I Made Sudarman Adiputra, N. W. T. N. P. W. Oktaviani, & Metodologi Penelitian Kesehatan. (2021). *FullBook%20Metodologi%20Penelitian%20Kesehatan*.
- [8] Maisaroh, S., & Karya Bunda Husada, A. (2022). Perilaku Seksual Berisiko pada Remaja. *Jurnal Ilmu Kesehatan Karya Bunda Husada* (Vol. 8, Issue 1).
- [9] Mechanics, A. (2020). Pengaruh Pendidikan Kesehatan dengan Media Video Terhadap Pengetahuan Remaja Tentang Seks Pranikah di SMA Al-Mas'udiyah Bandungan Kabupaten Semarang Tahun 2019. In *Eti Salafas) Journal of Holistics and Health Sciences* (Vol. 2, Issue 2).
- [10] Muliani, R., Rahayu, M. N. T., Bose, D., & Nambiar, N. (2021). Alternative nostril breathing on blood pressure in the elderly with hypertension. *Malaysian Journal of Medicine and Health Sciences*, 17(June), 79–82.
- [11] Nadia. (2022). *Hubungan Pengetahuan dan Sikap dengan Perilaku Seks Risiko pada Remaja di SMA Negeri 22 Surabaya*.
- [12] Palupi, D. (2024). *Pengaruh Penerapan Edukasi Kesehatan Tentang HIV/AIDS terhadap Perilaku Pencegahan Seks Bebas pada Remaja*. <http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JLH>
- [13] Pratama, D., & Puspita Sari, Y. (2021). Karakteristik Perkembangan Remaja. In *Edukasimu.org* (Vol. 1, Issue 3).

- [14] Putri, M., Ludiana, & Ayubbana, S. (2022). Penerapan Pemberian Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Yosomulyo Kota Metro Tahun 2021. *Jurnal Cendikia Muda*, 2(2), 246–254.
- [15] Rahmawati, D., & Hardyantari, C. (2020). Dian Rahmawati: Hubungan Pengetahuan dengan Sikap Remaja tentang Seks Bebas di Kelas X SMA Negeri 1 Dongko Kecamatan Dongko Kabupaten Trenggalek. *Jurnal Kebidanan Dharma Husada* (Vol. 7, Issue 1).
- [16] Sawitri et al. (2022). *Gambaran Pengetahuan tentang Seks Bebas Pada Remaja*.
- [17] Setiawati, N., Kartikasari, A., Anggraeni, D., Latifah, L., & Rahmawati, E. (2023). Perilaku Seksual Berisiko Pada Remaja di Kabupaten Banyumas. In *Journal of Bionursing 113 Journal of Bionursing* (Vol. 5, Issue 1).
- [18] Sibarani. (2022). *Jurnal Masyarakat Sehat Indonesia (JMSI)*. <https://doi.org/10.70304/j>
- [19] Suherni. (2020). *Tingkat Pengetahuan Tentang Seks Bebas Pada Remaja Di Smp Muhammadiyah Kasihan Bantul Yogyakarta*.
- [20] Tulis, K., Disusun, I., Salah, S., Syarat, S., Memperoleh, U., Ahli, G., & Kebidanan, M. (n.d.). *Tingkat Pengetahuan tentang Seks Bebas Pada Remaja Di Smp Muhammadiyah Kasihan Bantul Yogyakarta*
- [21] Wardhana, A. (2024). *Skala Interval dalam Penelitian Kuantitatif*. <https://www.researchgate.net/publication/382028447>
- [22] Widarini. (2022). *Gambaran Perilaku Seksual Berisiko Pada Remaja Di Desa Bajera Kecamatan Selemadeg Kabupaten Tabanan Bali Tahun 2022 Corresponding Author: email ABSTRAK Sejarah artikel*.
- [23] Wulandari Program Studi DIII Keperawatan Bima, A. (2019). *Karakteristik Pertumbuhan Perkembangan Remaja Dan Implikasinya Terhadap Masalah Kesehatan Dan Keperawatannya*.
- [24] Yola & Putri, A. (2024). *Hubungan Antara Pengetahuan Tentang Kesehatan Reproduksi Dengan Perilaku Seksual Berisiko Pada Remaja Di SMPN 2 Kurun Kementerian Kesehatan Republik Indonesia Direktorat Jenderal Tenaga Kesehatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Palangka Raya Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan 2024*.
- [25] Yuliastini, S. (2020). Penerapan Media Bimbingan Konseling untuk Meningkatkan Keterampilan Guru BK dalam Memberikan Layanan Pendidikan Seks terhadap Peserta Didik. *International Journal of Community Service Learning*, 4(2), 117–124. <https://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/IJCSL>